

((بسم الله الرحمن الرحيم))

هفت گناه کبیره

اثری ماندگار از: پائولو کویلو

تهیه نسخه پی دی اف توسط: محمد رضا

وبسایت ما:

[WWW.BOOKLAND.VEB.IR](http://WWW.BOOKLAND.VEB.IR)

پست الکترونیک:

[WWW.PAEEZ\\_1368@YAHOO.COM](mailto:WWW.PAEEZ_1368@YAHOO.COM)

# هفت گناه کبیره اثر پائولو کوئیلو

گناهان کبیره در واقع هفت تا نبودند، هشت تا بودند. گناهان کبیره را در آغاز مسیحیت، راهبی یونانی به نام اوآگریو د پونتو تدوین کرد تا تمایلات منفی اصلی انسان را تعریف کند (عجیب است که در فهرست اوآگریو، شدیدترین گناه، شکمپرستی است...). ارتکاب هرکدام از این گناهان، می‌توانست کار ما را به دوزخ بکشاند. در قرن شانزدهم، پاپ گرگوری اولین تغییرات را در این فهرست ایجاد کرد؛ «حسد» را به فهرست اضافه کرد، اما «غرور» و «بطالت» را با هم ادغام کرد. در قرن هفدهم، این فهرست را دوباره نوشتند و در فهرست جدید، «اندوه» دیگر گناه محسوب نمی‌شد و جایش را به «تبلی» داد. فهرست امروزی را مبنای هفت بخش آینده قرار می‌دهیم. بنا به تعاریف مختلف، درباره‌ی هرکدام از این گناهان می‌نویسم.

## غرور

**تعریف در فرهنگ لغت:** نام مؤنث. غرور از واژه‌ی لاتین Superbia به معنای تکبر، خودبینی، نخوت، گستاخی می‌آید.  
**تعریف کلیسای کاتولیک:** احترام به نفسی که از حد خارج شود و بالاتر از عشق به خدا قرار گیرد. بر خلاف فرمان نخست از ده فرمان است (به جز من خدایی نخواهی داشت)، و همین احساس بود که سبب طغیان ملائک و سقوط لوسیفر (ابلیس) شد.  
**در حکایات دن:** استاد اعظم توفوکو متوجه شد که صومعه شلوغ است. نوآموزها این طرف و آن طرف می‌دویدند و کارمندها در صف ایستاده بودند تا از کسی استقبال کنند.  
پرسید: «چه خبر است؟»

سربازی نزد استاد آمد و برگه‌ای به او داد که رویش نوشته بود: «کیتاگاکی، حاکم کیوتو وارد شده‌اند و مایل به ملاقات شما هستند.»  
استاد گفت: «با این آدم حرفی ندارم.»

چند دقیقه بعد، حاکم آمد، عذرخواهی کرد، نوشته‌ی روی برگه را خط زد و دوباره آن را به استاد داد.  
این بار رویش نوشته بود: «کیتاگاکی تقاضای ملاقات دارد.»

استاد دن صومعه‌ی توفوکو گفت: «خوش آمده‌اند.»

**بر ناو هواپیمابر:** «مأموریت به انجام رسید». این شعاری بود که روز یکم ماه مه سال ۲۰۰۲ بر هواپیمای لینکلن نقش شده بود، همان موقع که رئیس‌جمهور بوش اعلام کرد که جنگ و عملیات نظامی در عراق به پایان رسیده است. آن روز، تعداد تلفات سربازان آمریکایی ۲۱۷ نفر بود. امروز که این متن را می‌نویسم، تعداد این سربازها از ۲۷۰۰ نفر بیشتر است.

**از نظر ادین شتاین‌سالتز:** «وقتی کسی سعی کند بفهمد شما چه کسی هستید و از امور ثانوی برای مقایسه استفاده کند، به پوسته‌هایی خالی دست پیدا می‌کند که برای معنا داشتن، وابسته به هم هستند. درست نیست که خودتان را دوست فلانی، پسر بهمانی، مدیر فلان جا، یا شاغل به این یا آن کار تعریف کنید.

زیرا با این روش، فقط جنبه‌هایی از خودمان را کشف می‌کنیم. جنبه‌هایی که معمولاً تیره و تار و ناقص هستند، جنبه‌هایی از کسی که سعی دارد به هزینه‌ی دیگران، خودش را نشان بدهد.

تنها رابطه‌ی ممکن، رابطه‌ی ما با خداست؛ از آن به بعد، همه‌چیز معنا پیدا می‌کند و چشم‌های ما به روی معنایی بزرگتر باز می‌شود.»

**از نظر اوگوستین قدیس:** غرور عظمت نیست، بادسری است. آنچه باد می‌کند بزرگ به نظر می‌رسد، اما در واقع بیمار است.

**پندی از دائو د جینگ:** بهتر است جام را لبریز نکنیم تا مجبور نشویم وزن سنگین آن را حمل کنیم.

اگر کاردی را بیش از حد تیز کنیم، تیغ آن زود کند می‌شود.

اگر خانه پر از زر و پیشم باشد، صاحبانشان نمی‌توانند آن‌ها را امن نگه دارند.

وقتی ثروت و افتخار به تکبر بینجامد، بی‌تردید شر به دنبال خواهد داشت.

وقتی کاری را انجام می‌دهیم و ناممان کم‌کم پرآوازه می‌شود، حکمت حکم می‌کند که به محض انجام آن وظیفه، به درون گمنامی واپس بنشینیم.

## گناه کبیره دوم: آز

**تعریف در فرهنگ لغت:** از واژه‌ی لاتین Avaritia، نام مؤنث: شیفتگی زیاد نسبت به پول، خساست، لثامت، بدجنسی

**تعریف کلیسای کاتولیک:** بر خلاف فرمان نهم و دهم از ده فرمان است (به زن همسایه‌ات طمع نکن. به خانه‌ی همسایه‌ات طمع نکن). میل و تمنای بیش از حد نسبت به لذات یا مال دنیا.

**از نگاه سنکای فیلسوف:** فقیر همیشه چیزی می‌خواهد، ثروتمند زیاد می‌خواهد، حریص و آزمند همه‌چیز را می‌خواهد.

**حکایتی از کشیشان صحرا:** نوآموزی به رئیس دیر گفت: «مرد مقدس. قلم سرشار از عشق به جهان است و روح از وسوسه‌های شیطان در امان است. گام بعدی‌ام چیست؟»

رئیس دیر از شاگردش خواست همراه او به ملاقات بیمار محترمی برود که نیازمند تدهین بود. کشیش بعد از تسلی دادن خانواده‌ی بیمار، دید که در گوشه‌ی خانه صندوقی هست.

پرسید: «داخل آن صندوق چیست؟»

برادرزاده‌ی بیمار گفت: «لباس‌هایی که عمویم هرگز نپوشید. همه چیز می‌خرید، همیشه فکر می‌کرد که موقعیت مناسب برای پوشیدن این لباس‌ها پیش می‌آید، اما همه‌شان داخل این صندوق پوسید.»  
وقتی می‌رفتند، کشیش به شاگردش گفت: «آن صندوق را از یاد نبر. اگر در قلبت گنجینه‌های معنوی داری، همین الان از آن‌ها استفاده کن، وگرنه می‌پوسند.»

**متنی درباره‌ی بحران اقتصادی کشورهای شرق آسیا در سال ۱۹۹۷:** دلان سهام می‌خریدند و می‌فروختند و مطمئن بودند که دنیا عوض نمی‌شود، چرا که فقط باید مدام بیشتر سرمایه‌گذاری می‌کردند و رشد ثروتشان را تماشا می‌کردند. به آسیبی که به وجه رایج مالزی وارد می‌کردند، اهمیت نمی‌دادند. ناگهان ۵۰۰ میلیارد دلار از چرخه‌ی اقتصادی ناپدید شد. زمانی که باید توضیحی به تمام کسانی می‌دادند که با آن همه بدبختی این همه سال پول جمع کرده بودند و سرمایه‌شان ناگهان به باد رفت، گفتند: «تقصیر بازار است.» اما در واقع، خودشان بازار بودند.

**مرگ و آرزو:** مرگ و آرزو مردانی را تماشا می‌کردند که با هیجان کار می‌کردند تا در رودخانه الماس پیدا کنند. مرگ گفت: «من آدم اینجا تا چند تا روح با خودم ببرم. یک سوم این افراد را به من بده تا بروم پی کارم.»  
آز گفت: «این‌ها مال منند، برده‌ی منند. هیچ چیز به تو نمی‌دهم.»  
مرگ عصای سحرآمیزش را به آب زد و آب مسموم شد. مردها یکی یکی شروع کردند به مردن.  
آز با عصبانیت داد زد: «چرا برده‌های مرا دزدیدی؟»  
مرگ گفت: «برای اینکه هیچ کدامشان را به من ندادی.»

**یک سخنرانی:** یهودی‌ها به خاطر ناتوانی‌شان در تولید، انگلند و هدفشان به برده کشیدن دیگران است. از حرص و آرزوی متوسط سوء استفاده می‌کنند. (آدولف هیتلر، در زمینه‌سازی هولوکاست که منجر به مرگ شش میلیون یهودی شد).  
**خام موشه بن میمون، قرن‌ها پیش گفت:** پروردگار بیک‌های خود را برای انسان فرستاد که «امراض» نام داشتند. مشیت ازلی، مرا مسئول سلامت آن‌ها کرد. باشد که عشق به آنچه می‌کنم همیشه راهنمای من باشد. مباد که حرص و آرزو یا تشنه‌ی قدرت شدن، یا میل به اشتهار مرا کور کند و از یادم ببرد که هدف انسان بخشیدن بهترین بخش وجودش به دیگران است.

**پندی از دانود جینگ:** پنج رنگ اصلی چشم انسان را کور می‌کند. پنج نوای اصلی گوش‌ها را کر می‌کند. پنج طعم اصلی به کام آسیب می‌رساند. رقابت تمایلات و خشمگین را در قلب بیدار می‌کند.  
اموالی که سخت به دست می‌آید، به خاطر موانع خطرناک، آسیب می‌زند. به همین دلیل (...) انسان فرزانه امور سطحی را پس می‌زند و ترجیح می‌دهد به اعماق شیرجه بزند.

## شهوة

**تعریف در فرهنگ لغت:** نام مؤنث، مشتق از واژه‌ی لاتین Luxuria به معنای هرزگی، هوسرانی، شهوترانی. به معنای فراوانی در گیاهان، و آبدار بودن میوه‌ها نیز هست.

**تعریف کلیسای کاتولیک:** تمنا مفرط نسبت به لذات جنسی. این تمنا و رفتار متعاقب آن هنگامی مفرط محسوب می‌شود که در خدمت اهداف الهی نباشد؛ یعنی تقویت عشق متقابل میان زن و شوهر، و آوردن فرزند. بر خلاف فرمان ششم از ده فرمان است (گناه بی‌عفتی را مرتکب نخواهی شد).

**از نظر هنری کیسینجر:** هیچ چیز شهوت‌آورتر از قدرت نیست.

**در داستانی بودایی:** چو و وو بعد از یک هفته مراقبه در صومعه، به خانه برگشتند. درباره‌ی وسوسه‌هایی حرف می‌زدند که سر راه انسان ظاهر می‌شود.

به ساحل رودخانه‌ای رسیدند. زن زیبایی منتظر بود تا از رودخانه بگذرد. چو زن را بر دوش گرفت و به طرف دیگر رود رساند و به سفر با دوستش ادامه داد.

بالاخره وو گفت: «این همه از وسوسه حرف زدیم و بعد تو آن زن را به دوش گرفتی. ممکن بود گناه را به روح راه بدهی.»  
چو جواب داد: «ووی عزیزم، من رفتاری طبیعی کردم. آن زن را از رودخانه گذراندم و آن طرف رودخانه گذاشتمش زمین. اما تو انگار هنوز داری او را حمل می‌کنی. احتمال گناه تو بیشتر است.»

**از دفتر خاطرات یک زن بدکاره:** برای اینکه یک ساعت با مردی بگذرانم، ۳۵۰ فرانک سوییس می‌گیرم. در واقع اغراق است. اگر در آوردن لباس‌ها را حساب نکنیم و تظاهر به محبت و صحبت درباره‌ی مسائل پیش پا افتاده و لباس پوشیدن را، کل این مدت می‌شود یازده دقیقه رابطه‌ی جنسی.

یازده دقیقه. دنیا دور چیزی می‌گردد که فقط یازده دقیقه طول می‌کشد. به خاطر این یازده دقیقه است که در یک روز ۲۴ ساعته (با این فرض که

همه‌ی زن و شوهرها هر روز عشقبازی کنند، که مزخرف است و دروغ)، مردم ازدواج می‌کنند، خانواده تشکیل می‌دهند، گریه‌ی بچه‌ها را تحمل می‌کنند، مدام توضیح می‌دهند که چرا دیر آمده‌اند خانه، به صد تا زن دیگر نگاه می‌کنند با این آرزو که با آنها چرخ‌های دور دریاچه‌ی ژنو بزنند، برای خودشان لباس‌های گران می‌خرند و برای زن‌هایشان لباس‌های گران‌تر، به فاحشه‌ها پول می‌دهند تا جبران کمبودشان را در زندگی زناشویی‌شان بکنند و نمی‌دانند این کمبود چیست. همین یازده دقیقه، صنعت عظیم لوازم‌آرایش، رژیم‌های غذایی، باشگاه‌های ورزشی، پورنوگرافی، قدرت را می‌گرداند. و وقتی مردها دور هم جمع می‌شوند، برخلاف تصور زن‌ها، اصلاً راجع به زن‌ها حرف نمی‌زنند. از کار و پول و ورزش حرف می‌زنند. یک جای کار تمدن ما ایراد اساسی دارد.

**شهورت و اعداد (در سال ۲۰۰۲):** ویلیام لیون، از ائتلاف آزادی بیان، تخمین می‌زند که فقط سود بخش پورنوگرافی اینترنت، بین ۱۰ تا ۱۲ میلیارد دلار در سال است که خیلی بالاتر از سود شرکت میکروسافت است. در سال ۱۹۹۹، اتحادیه‌ی فروشندگان محصولات ویدئویی و نرم‌افزاری به این نتیجه رسید که فروش یا اجاره‌ی فیلم‌های پورنوگرافی، حدود ۴/۱ میلیارد دلار بوده، که از درآمد اغلب فیلم‌های بسیار پرخرج هالیوود بیشتر است. (منبع: پرونده‌های تجزیه و تحلیلی کاسلون).

**دائو د جینگ می‌گوید:** روح حساس و جسم حیوانی را یکجا نگه دارید تا از هم جدا نشوند.

نیروی حیاتی را مهار کنید تا بار دیگر به نوزادی مبدل شوید.

اگر تخیلات اسرارآمیز را از خیال خود برانید، آنگاه بی‌آشوب می‌شوید.

خود را پاک کنید و برای رازها به دنبال پاسخ‌های روشنفکرانه نباشید.

وقتی حس تشخیص به چهار گوشه‌ی ذهن نفوذ کند، نخواهید شناخت آنچه را زندگی می‌بخشد و زندگی را حفظ می‌کند.

آنچه زندگی می‌بخشد، مدعی مایملکی نیست. سود می‌رساند، اما در تمنای سپاس نیست. فرمان می‌دهد، اما در جستجوی اقتدار نیست. این همان است که به آن می‌گویند «کیفیت اسرارآمیز».

## خشم

**تعریف در فرهنگ لغت:** نام مؤنث، از واژه‌ی لاتین Ira به معنای غیظ، خشم، غضب، خروش، میل به انتقام.

**تعریف کلیسای کاتولیک:** خشم فقط بر دیگران وارد نمی‌شود، بلکه اگر کسی بگذارد نفرت در قلبش بذر بپاشد، خشم می‌تواند نصیب خودش شود. در این صورت اغلب کار فرد به خودکشی می‌رسد. باید بپذیریم که مجازات و اجرای آن با خداست.

**در کتاب حکمت پیشینیان:** دو مرد خردمند که در معبدی در صحرای بزرگ آفریقا زندگی می‌کردند، روزی با هم گپ می‌زدند. یکی‌شان گفت: «بیا با هم دعوا کنیم تا از بقیه‌ی آدم‌ها دور نیفتیم، وگرنه امیالی را که انسان را شکنجه می‌دهد، درست درک نمی‌کنیم.»

«نمی‌دانم چطور باید دعوا کرد.»

«خوب، این کار را می‌کنیم. من این آجر را اینجا این وسط می‌گذارم و تو می‌گویی: مال من است. من جواب می‌دهم: نه، مال خودم است. بعد

شروع می‌کنیم به بحث و بالاخره دست به یقه می‌شویم.»

همین کار را کردند. یکی گفت آجر مال من است، دیگری قبول نکرد. بالاخره دومی گفت: «وقتمان را سر این کار تلف نکنیم. آجر مال خودت. فکر

دعوا فکر خوبی نبود. وقتی آدم بداند که روحش فناپذیر است، نمی‌شود سر اشیا دعوا کرد.»

**در یک مطالعه‌ی آزمایشگاهی:** یانیس ویلیامز به مدت شش سال، ۱۳۰۰۰ زن و مرد بین ۴۵ تا ۶۴ سال را زیر نظر قرار داد و رفتارشان را

مطالعه کرد، و کشف کرد که افرادی که به شدت و به کرات عصبانی می‌شوند، سه برابر بیشتر از کسانی دچار حمله‌ی قلبی می‌شوند که با

آرامش بیشتر با مشکلات روبه‌رو می‌شوند. (ویلیامز، ۲۰۰۰).

این اتفاق به این علت می‌افتد که در هر حمله‌ی خشم، بدن انسان حجم زیادی هورمون آدرنالین به داخل خون می‌ریزد. غلظت بالای آدرنالین منجر

به افزایش ضربان قلب و همزمان، انقباض رگ‌های خونی و افزایش فشار خون می‌شود. تکرار این حملات می‌تواند به بروز دو مشکل منجر شود که

معمولاً مسبب حمله‌ی قلبی است: نوسان تپش قلب و آماس ناگهانی ذخیره‌های چربی داخل رگ‌ها (منبع: بالون، خشم و نفرت، احساسات

منفی).

**در موسیقی پاپ برزیلی:** مادام که توانی در قلبم هست، چیز دیگری نمی‌خواهم جز انتقام! انتقام! انتقام! به سوی قدیسان فریاد برمی‌آورم:

باید بغلتید همچون سنگ‌هایی که بر جاده می‌غلطند، بی‌آنکه هرگز مکانی برای آرمیدن داشته باشید. (لوپسینو ردریگز)

**از زبان ویلیام بلیک:** از دست دوستم عصبانی بودم، به او گفتم و خشمم رفت. از دست دشمنم عصبانی بودم، به او نگفتم و خشمم بیشتر

شد.

**پندی از دائو د جینگ:** تمام جنگ‌افزارها، ابزارهای شر هستند و مطلقاً به کار شاه خردمند نمی‌آیند. او فقط هنگامی از این جنگ‌افزارها استفاده

می‌کند که ضرورت ایجاب کند. او آرامش و آسودگی را ارج می‌نهد؛ پیروزی با زور جنگ‌افزارها را نمی‌خواهد.

لازم دانستن جنگ‌افزارها، علامت آن است که انسان از کشتن انسان‌های دیگر لذت می‌برد، و آنکه از کشتن لذت می‌برد، سزاوار حکومت بر یک

امپراتوری نیست.

وقتی می‌خواهیم کسی را ضعیف کنیم، نخست باید به او قدرت بدهیم. اگر بخواهیم شکستش بدهیم، نخست باید بلندش کنیم. اگر بخواهیم محرومش کنیم، نخست باید هدایایی به او بدهیم. این را بصیرت محیلانه می‌نامند. این‌گونه است که فروتن و ضعیف، بر قلدر و نیرومند غلبه می‌کند.

## شکم‌پرستی

**تعریف در فرهنگ لغت:** نام مؤنث، از واژه‌ی لاتین gula. پرخوری و پرنوشی بیش از حد، ولع، حرص.

**تعریف کلیسای کاتولیک:** میل مفرط به لذات وابسته به خوراک یا آشامیدنی‌ها. انسان باید از غذاهایی که برای سلامت مضر است، اکراه داشته باشد. انسان نباید بیش از همراهانش به غذا توجه و میل نشان دهد. مستی سبب زوال شعور می‌شود و گناهی کبیره است.

**از نظر پیتر د وریس:** شکم‌پرستی بیماری است؛ به معنای آن است که چیزی از درون ما را می‌بلعد.

**در کتاب حکمت پیشینیان:** رئیس صومعه‌ی اسکنا با راهبی می‌رفتند که آن‌ها را به غذا دعوت کردند. صاحبخانه که از حضور کشیش‌ها خرسند بود، دستور داد بهترین غذاها را بیاورند. اما راهب روزه‌دار بود. وقتی غذا آمد، نخودی برداشت و آرام جوید. دیگر چیزی نخورد. موقع رفتن، رئیس صومعه به او گفت: «برادر، وقتی به ملاقات کسی می‌روی، تقدست را به توهین و ریاکاری مبدل نکن. بار بعد که روزه‌دار بودی، دعوت کسی را به غذا قبول نکن.»

دستور طبخ جگر غاز با قارچ خوراکی: جگر غاز را کاملاً تمیز کنید. جگر و قارچ‌ها را به قطعات بسیار کوچک ریز کنید. کف ظرف کیک‌پزی را با نوارهای بسیار نازک گوشت بپوشانید. به گوشت فلفل و نمک بزنید و روی آن را با قطعات قارچ بپوشانید. به همین ترتیب، یکی درمیان قطعات جگر و قارچ را یکی در میان روی هم قرار دهید. روی ظرف را با خمیر نان بپوشانید و ظرف را به مدت ۵۰ تا ۶۰ دقیقه در فر بگذارید. بعد وزنه‌ی سنگینی روی خوراک بگذارید تا غذا را فشرده کند.

**گرسنگی در جهان:** تعداد گرسنگان کشورهای در حال توسعه، در سال ۲۰۳۰، از ۷۷ میلیون نفر کنونی، احتمالاً به ۴۴۰ میلیون نفر کاهش می‌یابد. این به معنای آن است که هدفی که سازمان غذای جهانی در سال ۱۹۹۶ گذاشت، تحقق نخواهد یافت (در سال ۱۹۹۶ مقرر شد که تا سال ۲۰۳۰، جمعیت گرسنگان جهان در سال‌های ۱۹۹۰ تا ۱۹۹۲ که ۸۱۵ میلیون نفر بود، نصف شود). از دغدغه‌های بزرگ، منطقه‌ی زیر صحرای افریقا است، چراکه به نظر می‌رسد جمعیت دچار سوء‌تغذیه‌ی مزمن، در سال ۲۰۳۰ از ۱۹۴ میلیون نفر کنونی فقط به ۱۸۲ میلیون نفر برسد (منبع: گزارش سازمان غذا و کشاورزی - نشریه‌ی کشاورزی جهانی: «به‌سوی ۲۰۳۰/۲۰۱۵»)

**حکایت صوفیان:** نانواپی می‌خواست اویس را ببیند. اویس در لباس مبدل یک گدا نزد نانوا رفت. شروع کرد به خوردن یک نان؛ نانوا او را کتک زد و به خیابان انداخت.

یکی از شاگردان اویس از راه رسید و داد زد: «دیوانه، این فردی که بیرون کردی، همان استادی است که می‌خواستی ببینی!» نانوا شرم‌منده شد و پرسید برای طلب بخشش چه باید بکند. اویس از او خواست خودش و شاگردانش را به صرف غذا دعوت کند. نانوا آن‌ها را به خانه برد و به غذایی عالی مهمان کرد.

اویس در وسط ناهار به شاگردانش گفت: «انسان خوب را این‌گونه از انسان بد تشخیص می‌دهیم. این مرد می‌تواند ثروتی را خرج ناهار من کند، چرا که من مشهورم، اما نمی‌تواند تکه نانی را صرف سیر کردن شکم فقیری کند.»

**پندی از دانو د جینگ:** سی پره به هم متصل می‌شوند و چرخ‌ی را می‌سازند. اما فضای خالی درون چرخ است که امکان اتصال آن را به ارباب می‌دهد. جامی از سفال بسازید. اگر فضای خالی داخل سفال نباشد، جام به کاری نمی‌آید. اتاق بدون فضای خالی در و پنجره قابل استفاده نیست. می‌توان شی‌ای ساخت، اما فضای خالی درون شی‌ء است که آن را مفید می‌کند.

## حسد

**تعریف در فرهنگ لغت:** از واژه‌ی لاتین invidia. آمیزه‌ی درد و خشم؛ احساس عدم رضایت از خوشبختی و موفقیت فرد دیگر؛ میل به داشتن آنچه دیگران دارند.

تعریف کلیسای کاتولیک: بر خلاف فرمان دهم است (تو چشم به خانه‌ی همسایه‌ات نمی‌دوزی). نخستین بار در سفر آفرینش کتاب مقدس، در داستان قابیل و برادرش هابیل ظاهر می‌شود.

**حکایت کلیمی:** شاگردی از استادانش درباره‌ی این بخش از کتاب مقدس می‌پرسد: «خداوند از هابیل و قربانی‌اش خشنود بود، اما از قابیل و قربانی‌اش خشنود نبود. قابیل بسیار خشمگین شد و چهره فروانداخت. پس خداوند به او گفت: چرا خشمگینی و چرا چهره فرو انداختی؟» استادان جواب دادند:

«خدا باید از قابیل می‌پرسید: چرا خشمگینی؟ آیا به خاطر آن است که قربانی تو را نپذیرفتم، یا برای آنکه قربانی برادرت را پذیرفتم؟»

از نظر ژوئیر و نتورا ی خبرنگار: افعال وابسته به «حسد»، «تحلیل و فساد» و «ویرانی» است. اما باید حسد را واکنشی انسانی نیز دانست. تمامی نظریات درباره‌ی حسد، می‌گویند بهترین شیوه برای مبارزه با آن، این است که فرض کنیم همه‌ی انسان‌ها به درجات مختلف حسد را احساس می‌کنند.

**از نظر جَوانی پاپینی نویسنده:** بهترین انتقام از آن‌هایی که می‌خواهند من به پستی کشیده شوم، این است که تلاش کنم به قله‌ی بلندتری پرواز کنم. شاید بدون انگیزه‌ی کسی که می‌خواهد روی زمین بمانم، انگیزه‌ی زیادی برای بالا رفتن نداشته باشم. فرد واقعاً خردمند از این هم پیش‌تر می‌رود: از بدنامی خودش برای ویرایش بهتر تصویرش و حذف کردن سایه‌هایی که نور بر صورتش ایجاد کرده استفاده می‌کند. بدین ترتیب، فرد حسود بی آنکه بخواهد، همکار تکامل او می‌شود.

**حسد و اخلاق:** از محقق و دانشمندی به نام دکتر ویلیام شلتون، حسد واکنشی است که در میان بازندگان برانگیخته می‌شود که سعی می‌کنند با پنهان شدن در پس مبارزه‌ای برای احیای «ارزش‌های اخلاقی»، «افکار شریف»، و «عدالت اجتماعی» از واقعیت فرار کنند. وضع وقتی خطرناک می‌شود که نظام آموزشی سعی می‌کند دانش‌آموزان و دانشجویان را شرطی کند تا از تمام کسانی که موفقند، متنفر باشند و هر موفقیتی را به فساد و انحطاط اخلاقی نسبت بدهند. از آنجا که تلاش برای رسیدن به موفقیت در ذات بشر است، دانش‌آموزان در اثر این شرطی شدن، گرفتار فرایندی منحط می‌شوند تا از آنچه آن‌ها را خوشحال می‌کند، متنفر شوند و این بحران‌های اضطرابی را افزایش می‌دهد و توانایی نوآوری را کم می‌کند.

**شیطان و شیاطین:** شیاطین به شکایت نزد شهریار تاریکی رفتند. دو سال بود که سعی داشتند راهبی را که در صحرا زندگی می‌کرد، وسوسه کنند.

«بهش پول و زن و هرچه در چنته داشتیم پیشنهاد کردیم، اما اثر نداشت.»  
شیطان جواب داد: «کارتان را خوب بلد نیستید. بیایید یادتان بدهم در این جور مواقع چکار کنید.»  
بعد دسته‌جمعی به غار راهب رفتند و شیطان در گوش راهب زمزمه کرد:  
«دوستت ماکاریوس همین الان اسقف اسکندریه شد.»  
راهب همان موقع شروع کرد به ناسزا گفتن به آسمان و زمین.

**پندی از دائود جینگ:** خردمندان بزرگ اعصار کهن اسرارآمیزتر، فوق طبیعی‌تر، نافذتر و عمیق‌تر از آن بودند که آدمیان درکشان کنند. همچون انسانی که از رود طغیان کرده به خاطر آب شدن برف زمستانی می‌گذرد، هشیار بودند. همچون چوب تراش‌نخورده به دست انسان، فارغ از تظاهر بودند.

چه کسی می‌تواند از راه متانت و فروتنی، آنچه را ناب نیست، به تدریج کامل کند؟ چه کسی می‌تواند آرام شود و آرام بماند؟ آن کس که راه کمال را طی می‌کند، نمی‌خواهد سرشار از چیزی باشد.

## تنبلی

**تعریف در فرهنگ لغت:** نام مؤنث، از واژه‌ی لاتین Prigritia. کراهت از کار، کاهلی، تن‌آسایی.

**تعریف کلیسای کاتولیک:** تمامی موجودات زنده‌ای که می‌چینند، باید نان روزانه‌شان را با عرق جبین به دست آورند و همواره به فکر نتایج سهل و فوری نباشند. تنبلی یعنی فقدان تلاش جسمی یا معنوی، که روح را به انحطاط می‌کشد و منجر به اندوه و افسردگی می‌شود.

**از حکایات:** خوان همین که مرد، دید در جای زیبایی است، مرفه و سرشار از لذاتی که همیشه آرزو داشت. مرد سفیدپوشی نزدیک شد و گفت: «هرچه می‌خواهی برایت فراهم است، غذا، لذت، تفریح...»

خوان با خوشحالی هرکاری دلش می‌خواست کرد. بعد از سال‌ها تفریح، مرد سفیدپوش را پیدا کرد و گفت: «هرکاری دلم می‌خواست کردم. حالا کاری به من بدهید تا احساس مفید بودن کنم.»

مرد سفیدپوش گفت: «متأسفم، اما کار تنها چیزی است که نمی‌توانم به تو بدهم. اینجا کاری نیست.»

«یعنی می‌گویند تا ابد باید حوصله‌ام سر برود؟ ترجیح می‌دهم مرا ببرید به جهنم.»

مرد سفیدپوش در گوشش زمزمه کرد: «پس فکر می‌کنی الان کجایی؟»

**از نظر وینی آلبرت:** جامعه چگونه دوام بیاورد اگر فقط به فکر غذای یخزده، عکس فوری، پوره‌ی سیب‌زمینی حاضرآماده، تندخوانی و ماشین حساب است؟

**جامعه‌شناسی تنبلی:** کسی که بیش از حد کار می‌کند و هم کسی که حاضر نیست کار کند، رفتار مشابهی دارند، می‌خواهند از مشکلات ذاتی انسان‌ها فرار کنند، نمی‌خواهند درباره‌ی حقیقت و مسئولیت‌های زندگی طبیعی فکر کنند.

**از نظر آیین بودا:** بنا به سنت، تنبلی از اصلی‌ترین موانع بیداری روح است. به شکل تجلی می‌یابد: تنبلی در رفاه، که بهت می‌شود همواره یک جا بمانیم. تنبلی دل، وقتی احساس یأس و بی‌انگیزگی می‌کنیم. و تنبلی تلخی، وقتی هیچ چیز برابمان مهم نیست و دیگر بخشی از این دنیا

نیستیم.

**پندی از دائود جینگ:** سالک خودش را با راه تطبیق می‌دهد. انسان درستکار با تقوا سازش می‌کند. آن که چیزی از دست می‌دهد، با فقدان سازش می‌کند. راه با شادی می‌پذیرد کسی را که با راه سازش می‌کند. تقوا انسان درستکار را می‌پذیرد. آن که تسلیم فقدان شود، فقدان او را جذب خویش می‌کند.

**پس، در پایان سال ۲۰۰۷:** اغلب از خود می‌پرسیم: شوق و الهام از کجا می‌آید؟ شور زندگی کجاست؟ این همه تلاش به زحمتش می‌ارزد؟ تمام سال سعی کردم مرزهایم را پشت سر بگذارم، روزی خانواده‌ام را تأمین کردم، رفتار خوی داشتم، اما باز هم به جایی که می‌خواستم نرسیدم.

رزم‌آور نور می‌داند که بیداری فرایندی طولانی است و باید مراقبه را با کار متعادل کرد برای رسیدن به مقصد. آنچه او را متحول می‌کند، تأمل بر آنچه به دست نیاورده نیست: این پرسش بذر انفعال و بی‌کنشی را در خود دارد. بله، شاید همه کار را درست انجام داده باشیم و نتیجه ملموس نباشد، اما مطمئنم که نتایجی در کار است. به یقین در مسیر مشخص خواهد شد، به این شرط که الان تسلیم نشویم.

# پایان

امیدوارم لذت برده باشید. اگر در مورد این کتاب یا به طور کلی در مورد وب نظری دارید **متما متما** اعلام کنید چون نظرات شما باعث دلگرمی بنده است.

<http://www.paulocoelho.ir>

منبع تهیه متن کتاب: